



**Basiszertifikat  
Xpert Sozialkompetenz**

**für Schüler/innen**

© **Europäische Prüfungszentrale Xpert personal business skills**  
Landesverband der Volkshochschulen von NRW e. V.  
Heiliger Weg 7 – 9 • 44135 Dortmund  
Fon 0231 952058-0 • Fax 0231 952058-3  
[www.personal-business-skills.de](http://www.personal-business-skills.de)

## **Relevanz des Themas**

Soziale Kompetenz – eine Fähigkeit, die auch für Jugendliche immer wichtiger und realer wird und ihnen eine Handlungsorientierung in unserer sich rasch wandelnden Gesellschaft geben soll. Sowohl in der Schule als auch im Berufsleben entstehen immer vielfältigere Arbeitsformen, die ein wesentliches Mehr an Kommunikation, Kooperation und Konfliktmanagement erfordern. Aber wie sieht eine hohe soziale Kompetenz aus und wie kann Handlungssicherheit erreicht werden?

Für Schülerinnen und Schüler sollen diese Fragen hier auf dem Hintergrund der Anforderungen der Schule bzw. der Arbeitswelt beantwortet werden. In diesem Kontext erleben die Jugendlichen diverse Ansprüche und divergierende Sinnzusammenhänge. So müssen sie sich z. B. präsentieren und lernen, ihre eigenen Interessen zu vertreten, ohne dabei die Interessen der anderen zu verletzen. Sie müssen lernen, im Team zu arbeiten, gemeinsam Lösungswege zu entwickeln und zu verfolgen, ohne dabei die Sachebene zu verlassen und Konflikte zu provozieren. Auch die Bereitschaft zuzuhören, die Meinung anderer gelten zu lassen oder gar sich überzeugen zu lassen, sind hier Grundvoraussetzungen. Dabei ist es notwendig, sich in den anderen hineinzusetzen, die körpersprachlichen Signale richtig zu deuten und durch den Aufbau eines Sympathiefeldes die eigene Position zu stärken.

## **Kurzbeschreibung des Seminars**

In diesem Seminar lernen die Teilnehmenden die Grundlagen der Kommunikation kennen und erfahren innerhalb zahlreicher praktischer Übungen, wie sie auf andere wirken. Darüber hinaus werden Kritik- und Konfliktregeln erläutert und verdeutlicht, wie ein bewusst ausgeübtes Verhalten einen Konflikt lösen bzw. gar nicht erst entstehen lassen kann. Hierbei werden nicht nur Situationen vorgegeben, sondern Beispiele der Teilnehmenden aufgegriffen. Auch die Arbeit im Team wird anhand von fest vorgegebenen Aufgabenstellungen einem Praxistest unterzogen, mit der Intention, die Reflexionsfähigkeit und damit die Eigenverantwortlichkeit der Jugendlichen zu stärken und sie so für das Leben in der Schule und dem Beruf fit zu machen.

## **Zielgruppe/ Teilnahmevoraussetzungen**

Dieses Seminar richtet sich an Jugendliche, die die Klassen acht bis zehn besuchen bzw. ihren Schulabschluss nachholen. Es eignet sich für alle Schulformen, wobei eine heterogene Gestaltung wünschenswert wäre, um die Situation innerhalb des Berufslebens möglichst real abzubilden. Voraussetzung ist jedoch die Offenheit und Bereitschaft der Teilnehmenden, ihre soziale Kompetenz verbessern zu wollen.

## **Themen und Lernziele (Gesamt 30 UE)**

### **1. Eigenverantwortlich handeln (nicht prüfungsrelevant)**

- 1.1 Motivationstheorien und Motivationsgründe
- 1.2 Lebensplanung und Zielsetzung
- 1.3 Selbsteinschätzung und Lernmotivation

### **2. Zeitmanagement und Arbeitsorganisation (4 UE)**

- 2.1 Das eigene Arbeitsverhalten analysieren - Zeitfallen erkennen
- 2.2 Prioritäten setzen (ABC-Analyse)
- 2.3 Tagesplanung und Dokumentation

### **3. Grundlagen der Kommunikation (6 UE)**

- 3.1 Die Sach- und Beziehungsebene der Kommunikation (Botschaftsgeflecht) (1,5)
- 3.2 Elemente der visuellen Kommunikation: Mimik, Gestik, Körperhaltung, äußeres Erscheinungsbild, Blickkontakt, Orientierung im Raum (1,5)
- 3.3 Analyse der Körpersprache: Wirkung und gezielter Einsatz (1,5)
- 3.3 Bedeutung der auditiven Kommunikation inkl. Stimmtraining (1,5)

### **4. Kommunikationstechniken (8 UE)**

- 4.1 Aktives Zuhören (2)
- 4.2 Einsatz und Wirkung verschiedener Fragetechniken (2)
- 4.3 Analyse verschiedener Kritikregeln: Trennung von Beobachtung und Bewertung, Ich Botschaften, linguistische Erkenntnisse, Konkretes formulieren etc. (2)
- 4.4 Kritikgespräche in der Praxis (2)

### **5. Konfliktmanagement (6 UE)**

- 5.1 Konflikte innerhalb der drei Lebenswirklichkeiten Schule/ Beruf, Freizeit und Familie (1)
- 5.2 Aufbrechen des Schemas Gewinner und Verlierer (1)
- 5.3 Beispielhafte Durchführung des Konfliktlösungsmodells (3)
- 5.4 Umgang mit unfairen Methoden ohne die Sachebene zu verlassen (1)

### **6. Im Team erfolgreich arbeiten (6 UE)**

- 5.1 Rollen im Team (2)
- 5.2 Das eigene Verhalten in einem Team erfahren (2)
- 5.3 Moderation von Arbeitsprozessen: Visualisierung und Arbeitstechniken (2)

## **Unterrichtsmethoden**

Plenum, Gruppen-, Partner- und Einzelarbeit, praktische Übungen, Rollenspiele, Fallstudien, Feedback, Videoanalysen

## **Unterrichtsmedien**

Moderationsmaterialien, Flipchart, Pinnwand, OHP, Videotechnik